

Projekt „Lila Kuh und Anti-Matsch-Tomate“ - Ernährungsbildung für die Sekundarstufe 1-*

Thüringer
ökoherz

Zielgruppe

Schüler ab der 5. Klasse, Eltern und Lehrer

Hintergrund

Lecker, gesund, am besten selbstzubereitet und natürlich in Bio-Qualität – so wünschen wir uns die Ernährung für uns und unsere Kinder. Doch leider ist dies nicht selbstverständlich. Dabei ist gesund essen nicht nur erlernbar, sondern macht auch richtig Spaß! Das Projekt „Lila Kuh und Anti-Matsch-Tomate“ zeigt wie's geht.

Inhalte und Unterrichtskonzept

Gemeinsam mit Schüler*innen ab der 5. Klasse werden die Grundlagen einer vollwertigen, nachhaltigen und ausgewogenen Ernährung erarbeitet und erlebbar gemacht. Ziel ist es, die Schüler*innen für einen bewussten Umgang mit Lebensmitteln zu sensibilisieren, ihre Verbraucher*innenkompetenz durch Aufklärung im Bereich Lebensmittelwerbung und –einkauf zu stärken sowie den Mehrwert von saisonalen, regionalen und biologisch erzeugten Lebensmitteln aufzuzeigen.

Das Unterrichtskonzept holt die Schüler*innen dabei auf inhaltlicher, emotionaler und praktischer Ebene ab. In sechs Unterrichtsstunden wird die Basis einer vollwertigen Ernährung erklärt, diskutiert, mit Ernährungsmythen aufgeräumt, experimentiert und schließlich auch gemeinsam eine leckere Mahlzeit aus regionalen Biolebensmitteln zubereitet.

Die thematischen Schwerpunkte sind dabei individuell auf die Klassenstufen und individuellen Bedürfnisse der Schüler*innen abgestimmt. Darüber hinaus werden auf Wunsch hin thematische Elternabende und Lehrerfortbildungen zum Projekttag angeboten.

Art/ Dauer

Ein Projekttag umfasst 6 Unterrichtsstunden. Die Elternabende und Fortbildungen dauern je nach Bedarf 1-2 Stunden

Kosten

Schulen können bei der AOK PLUS eine Projektunterstützung beantragen.

**Die Informationen wurden der Website des Thüringer Ökoherz e. V. entnommen.*

www.bio-thueringen.de/bildung/ernaehrungsbildung-lila-kuh-und-anti-matsch-tomate/